



حُكُومَةُ الشَّارِجَة
دائرة الخدمات الاجتماعية
GOVERNMENT OF SHARJAH
Social Services Department

الطلاق الصامت وأثره على الأسرة

إعداد: شيخة المهيري

إدارة المعرفة

قسم البحوث و الدراسات الاجتماعية

المقدمة

نتناول قضية أساسية تضرب اليوم البنية الأساسية للأسرة العربية، وهي الحالة السيكولوجية بين الزوجين داخل الأسرة، حيث تصبح العلاقة بين الزوجين متصدعة، ومتباعدة بشكل خطير، ويطلق عليها علماء الاجتماع اسم "الطلاق الصامت"، أو "الطلاق النفسي"، ومن خلال هذه المادة سنحاول البحث عن أسباب هذا الطلاق النفسي؟ وما دور وسائل التواصل الاجتماعي في ازدياد هذه الظاهرة؟ وما مدى تأثير هذه الظاهرة على الأبناء؟

قبل الدخول في صلب الموضوع، يجب التأكيد على أن هذه الظاهرة يصعب على دارسي علم الاجتماع التوصل إلى أرقام حقيقة حولها، وفي هذا الصدد يقول دكتور علم الاجتماع سامي نصر: "الانفصال الصامت أو الانفصال العاطفي بين الأزواج واقع موجود في مجتمعنا، وعلى الرغم من درجة خطورته على الحياة الأسرية إلا أنه ظلّ ضمن المواضيع المسكوت عنها، ظواهر نعيشها نتألم منها، ولكن لا نبوح بها".

إذاً يمكن تعريف الطلاق الصامت على أنه: "حالة نفسية يشعر فيها أحد الزوجين أو كليهما بمشاعر سلبية تجاه الطرف الآخر، بما يؤدي إلى عدم إمكانية التواصل العقلي والنفسي والجسدي بينهما، وينفرد كل منهما بحياة عقلية ونفسية واجتماعية خاصة، فيستمر الزواج شكلاً، وينتهي مضموناً، وذلك يعني انعدام التواصل والتفاعل الاجتماعي بين الزوجين داخل الأسرة بسبب فتور الحب، وسوء التوافق الجنسي، وغياب لغة الحوار بين الزوجين".

يرافق الطلاق الصامت معنيين مهمين وهما:

النوع الأول: يعبر عن غياب الحوار والتواصل بين الطرفين، أو كما يسميه علماء الاجتماع "بظاهرة الخرسان"، وهي مؤشر على عدم رغبة أي طرف في الحديث مع الطرف الآخر، فيغيم الصمت والخرس عليهم.

النوع الثاني: وهو الأخطر، يتجلى في إخفاء القطيعة النفسية خارج البيت للحفاظ على الشكل الاجتماعي للأسرة، والحفاظ على هذا الشكل يتم خوفاً من وصمة العار للقب "مطلق أو مطلقة"، وخصوصاً لقب مطلقة للزوجة، ولكن عند العودة إلى البيت يقوم الطرفان بالعودة إلى حالة الطلاق النفسي.

أسباب ظاهرة الطلاق الصامت:

من أبرز الأسباب التي تساعد على تطور هذه الظاهرة، هي الضغوط اليومية والمعيشية للزوجين، وأيضاً الروتين القاتل في بناء العلاقة، وتحديد عدم مشاركة الزوج زوجته في الهموم اليومية، بالإضافة إلى الاختلاف الفردي في التنشئة الاجتماعية بين الزوجين، وإلى جانب ذلك تلعب الأوضاع السياسية والأمنية من جانب آخر دوراً في التأثير على الحياة الزوجية للأسر داخل البيت.

ولكن يمكن أن تكون هذه الظاهرة مؤقتة إذا استطاع أحد الطرفين المبادرة في المصارحة والحوار، والعمل على هيمنة قوة الحب التي تجمع بين الطرفين، إلى جانب ذلك حنكة أحد الطرفين في ممارسة فن التواصل من خلال أسلوب الحديث، واختيار التوقيت المناسب للنقاش، والقدرة العالية على الإقناع والتأثير، بالإضافة إلى الحصول على المساعدة من خبراء العلاقات الزوجية على الصعيد النفسي والاجتماعي.

وسائل التواصل الاجتماعي والطلاق الصامت:

لعبت مواقع التواصل الاجتماعي دوراً كبيراً في تفاقم هذه الظاهرة، حيث تتحدث العديد من الدراسات على أن الأزواج يلجؤون إلى شبكات التواصل الاجتماعي من أجل البحث عن بديل يمكن التواصل معه، وهذا ما يعزز ظاهرة الطلاق النفسي، وأكثر العمل على إيجاد شريك حتى لو كان وهمياً من أجل التعويض النفسي المفقود داخل الأسرة، وأكثر الوصول في بعض الحالات إلى الخيانة الزوجية مع طرف آخر، والخيانة هنا يمارسها الزوج أكثر من الزوجة.

ولذلك تعتبر المرأة أكثر معاناة بسبب الطلاق الصامت من الرجل، ويمكن السبب أن هناك قيوداً أخلاقية وقيمية وضعت على المرأة تمنعها من ممارسة هذا الفعل، وأكثر أن المرأة غالباً ترفض أن تنظر إلى نفسها على أنها خائنة¹، ولا تستطيع قبول تلك النظرة تجاه نفسها، وهو ما يجعل الكبت لديها أعلى ويُسكّل خطورة حقيقية على صحتها النفسية والعقلية.

وغالبا ما تصبح المرأة متزوجة على وضع مطلقة، وأكثر يصبح الاكتئاب أفضل من الطلاق، بل ويصبح الوسواس القهري ثمن قبول الطلاق الصامت، بالإضافة إلى ذلك يتحول حلم الزواج وبناء الأسرة إلى كابوس، وأكثر يتحول الزواج إلى محاولة الانتحار، ولذلك ينصح العلماء إذا لم يتم التوصل إلى حلول بين الزوجين أن يتم الطلاق الحقيقي لأنه أفضل للزوجين والأبناء أيضاً.¹

أثره على الأبناء

يؤثر الانفصال الصامت بين الوالدين في الأطفال، إذ ينجم عنه كثير من المشكلات الأسرية، وتشمل تلك التأثيرات ما يلي:

الشعور بالغضب: يشعر الأبناء بالغضب خاصة الأطفال والمراهقين في سن المدرسة؛ نتيجة الشعور بتخلي الآباء عنهم أو فقدان الجو الأسري.

الانسحاب اجتماعياً: قد ينسحب الطفل الاجتماعي سابقاً، من بعض المواقف الاجتماعية، ويصبح خجولاً أو قلماً دائماً؛ نتيجة التفكير في الوقت الحالي.

إذ لا يهتم بالمواقف الاجتماعية مثل: أن يرفض الخروج مع الأصدقاء أو حضور النشاطات المدرسية.

انخفاض المستوى الدراسي: يرتبط انخفاض المستوى الدراسي للطفل بمرحلة الانفصال بين الوالدين، إذ قد يشعر الطفل بالإهمال والاكتئاب.

¹ <https://hadfnews.ps/post/108549/%D8%A7%D9%84%D8%B7%D9%84%D8%A7%D9%82-%D8%A7%D9%84%D8%B5%D8%A7%D9%85%D8%AA-%D8%A7%D9%84%D8%A7%D9%83%D8%AA%D8%A6%D8%A7%D8%A8-%D8%A3%D9%81%D8%B6%D9%84-%D9%85%D9%86-%D8%A7%D9%84%D8%B7%D9%84%D8%A7%D9%82>

تراجع الصغار قد يعود الأطفال الصغار الذين تتراوح أعمارهم من 18 شهرًا إلى 6 سنوات إلى سلوكيات الرضع، مثل: التشبث والتبول اللاإرادي ومص الإبهام ونوبات الغضب يعد تراجع الأطفال علامة على زيادة الضغط والخوف وعدم الشعور بالأمان.

تغيير أنماط الأكل والنوم: قد يواجه الطفل مشكلات في النوم مما قد يؤدي إلى زيادة الوزن، كذلك قد يعاني الكوابيس أو تخيل الوحوش أو الكائنات الخيالية في أثناء وقت النوم.

الاكتئاب: يشعر الأطفال في البداية بالإحباط أو الحزن، ثم تتفاقم تلك المشاعر للشعور بالاكتئاب ومحاولات الانتحار.

كذلك قد ينخرطون في بعض السلوكيات الخطيرة، مثل: تعاطي الكحول والمخدرات والسلوك العدواني.

فشل العلاقات: الخاصة بهم يغير الانفصال الصامت بين الزوجين نظرة الأبناء تجاه العلاقات، إذ يجعلهم أقل حماسًا للزواج؛ نتيجة عدم رؤيتهم للنموذج السوي للأسرة.

لذلك يجب أن يحاول كلا الزوجين الحفاظ على نجاح علاقتهما الزوجية لتجنب الانفصال وتأثيره في الأطفال.

كيف يمكن التغلب على الطلاق الصامت بين الزوجين؟

تعدُّ السلوكيات التي تمنع الطلاق بسيطة، لذلك نذكر الآن بعض الحيل الذكية التي يمكن أن تمنع الطلاق، مثل:

1. زيادة اللحظات الإيجابية التي تحافظ على قوة العلاقة، مثل: تشابك الأيدي، إلقاء الفكاهة، التعاطف، الاعتذار.
2. تجنب النقد والسخرية والتركيز على إيجابيات شريك الحياة.
3. المناقشة الإيجابية وعدم توجيه انتقادات سلبية شاملة لشريك الحياة، بل تقديم أمثلة على السلوكيات المؤذية فقط.
4. تجنب اللغة المؤذية خاصةً وقت الخلاف، ومحاولة أن تكون اللغة أكثر تعاطفًا واستقبالًا.
5. الاعتراف بالأخطاء بدل من إلقاء اللوم على شريك الحياة حتى لا يشعر أنه ضحية ويبدأ الدفاع عن نفسه بالهجوم.
6. الاستماع باهتمام لشكوى الطرف الآخر والتفاعل معه بدلًا من الانسحاب العاطفي.
7. إظهار الاهتمام بحياة الطرف الآخر وطرح الأسئلة التي تظهر الاهتمام بحياته اليومية، إذ يساعد الانفتاح على مشاعر الطرف الآخر ونظرته للعالم على نجاح العلاقة.
8. تحمل المسؤولية وحل المشكلات دون تدخل الأهل.

9. اللطف والكرم بين الزوجين عاملان مهمان لنجاح العلاقة الزوجية².

وفي النهاية

ليس هناك حياة مثالية، أو خالية من مشاكل ومنغصات، وخصوصاً الحياة الزوجية، وهذا بحد ذاته ظاهرة صحية تبين ثقة الزوجين في إظهار اختلافهم في الرأي، ولكن ينبغي أن يكون هناك قواعد ومنهجية واضحة في التعامل مع تلك الخلافات وإتقان مواجهتها وكيفية التغلب على المشكلات بالحكمة والصبر والعقلانية، ليس ضعفاً وإنما للحفاظ على العلاقة الزوجية، وصيانتها، وحمايتها من التفكك والضياع³.

²<https://bedayaccpa.com/%D9%83%D9%8A%D9%81-%D9%8A%D9%85%D9%83%D9%86-%D8%A7%D9%84%D8%AA%D8%BA%D9%84%D8%A8-%D8%B9%D9%84%D9%89-%D8%A7%D9%84%D8%B7%D9%84%D8%A7%D9%82-%D8%A7%D9%84%D8%B5%D8%A7%D9%85%D8%AA/>

³ <https://ae.linkedin.com/pulse/%D8%A7%D8%B3%D8%A8%D8%A7%D8%A8-%D9%81%D8%B4%D9%84-%D8%A7%D9%84%D8%B2%D9%88%D8%A7%D8%AC-%D9%88%D8%B7%D8%B1%D9%82-%D9%85%D9%88%D8%A7%D8%AC%D9%87%D8%A9-%D8%B9%D9%88%D8%A7%D9%85%D9%84-%D8%A7%D9%84%D9%81%D8%B4%D9%84-meatd-academy>